

5月の健康カレンダー

● 愛育班活動

内容	日曜日	時間	場所
愛育班活動	20 木	9:30 ~ 12:00	沼島総合センター

● A型リハビリ教室

内容	日曜日	時間	場所
機能訓練を必要とする人を対象(要予約)	28 金	10:00~12:00	緑保健福祉センター

● 健康相談

内容	日曜日	時間	場所
生活習慣病相談、栄養相談、血圧測定、体脂肪測定など	7 金 10 月 17 月 24 月	9:00 ~ 10:30	三原保健センター 緑保健福祉センター 西淡保健センター 南淡福祉保健センター

● 個別健康教室

内容	日曜日	時間	場所
糖尿病予防教室、糖尿病要注意者で、64歳までの人が対象。(月1回、要予約)	7 金 10 月 17 月 24 月	8:40 ~ 11:30	三原保健センター 緑保健福祉センター 西淡保健センター 南淡福祉保健センター

● 乳幼児健康カレンダー

内容	日曜日	受付時間	場所	()は対象
強い歯・幼児フッ素塗布 (19年2月・19年8月生)	14 金	13:00 ~ 13:15		
2歳児歯科健診 (20年2月生)	21 金	13:00 ~ 13:15	緑保健福祉センター	
母親学級	20 木	13:15 ~ 13:30		
遊びの教室	13 木	9:30 ~ (予約制)		
発達支援相談	13 木	13:30 ~ (予約制)		
育児相談 (21年3月生)	7 金	1歳2か月児	西淡保健センター	
(21年10月生)	10 月 17 月	13:00 ~ 13:15 7か月児	南淡福祉保健センター 緑保健福祉センター	
3歳児健康診査 (19年4月生)	25 火	12:30 ~ 12:45		
1歳6か月児健康診査 (20年10月生)	11 火	12:30 ~ 12:45		
10か月児健康診査 (21年7月生)	18 火	12:30 ~ 12:45	緑保健福祉センター	
4か月児健康診査 (22年1月生)	6月1日(火)	が健診日		
食育講座赤ちゃん栄養サロン (21年12月生)	27 木	9:45 ~ 10:00		

※各教室・相談のお問い合わせは、健康課 ☎44-3004) までお願いします。

曜日	病院名	曜日	病院名
月	平成病院	木	翠鳳第一病院
火	平成病院	金	中林病院
	八木病院	土	翠鳳第一病院
水	中林病院	平日18:00 ~ 23:00	
	南淡路病院	土曜13:00 ~ 23:00	

診察日	9:00 ~ 16:30	19:00 ~ 22:30
5月2日(日)	西口 弘 医師 橋田友孝 医師	
5月3日(月)	横山 龍治 医師 前田昌己 医師	
5月4日(火)	福原 正博 医師 真野博文 医師	
5月5日(水)	福原 正博 医師 宮崎美枝 医師	
5月9日(日)	村野 謙一 医師 西口 弘 医師	
5月16日(日)	浦瀬 巖 医師 富本喜文 医師	
5月23日(日)	大鐘 稔彦 医師 友清龍一郎 医師	
5月30日(日)	穀内 勇夫 医師 日笠久美 医師	

診察日	担当医師	備考
5月2日(日)	平山 毅 医師	
5月3日(月)	植村幹二郎 医師	
5月4日(火)	田中一宏 医師	
5月5日(水)	富本康仁 医師	受診前に電話をおかけください。 ☎23-2700 担当医は都合により変更になることもあります。
5月9日(日)	奥村 司 医師	
5月16日(日)	大橋 明 医師	
5月23日(日)	田中一宏 医師	
5月30日(日)	平山 毅 医師	

● 運動教室

内容	日曜日	時間	場所
エアロビクス・ストレッチ体操 (要予約)	28 金	13:30 ~ 15:00	緑保健福祉センター

町ぐるみ健診(転入者)

平成22年3月1日以降に転入した人

町ぐるみ健診(特定健診、各種がん検診等)の受診を希望する人は「申込」が必要です。健康課(☎44-3004)までご連絡をお願いします。

健診の期間 7月~9月

※詳しい日程は、先月の「広報南あわじ4月号」をご確認ください



禁煙週間

期間 5月31日(月)~6月6日(日)

テーマ 女性と子どもをたばこの害から守ろう
5月31日は「世界禁煙デー」で、この日から始まる1週間は禁煙週間としています。喫煙による健康への影響や未成年者の喫煙防止、受動喫煙の防止について考えてみましょう。

● 阿波踊り体操(いずみ会主催)

内容	日曜日	時間	場所
阿波踊り体操	6 木	10:00 ~	緑保健福祉センター



受けていますか? 子どもの予防接種

お母さんから赤ちゃんにプレゼントした病気に対する抵抗力(免疫)は乳児期に自然に失われていくので、子ども自身で免疫をつくって病気を予防する必要があります。予防接種で免疫をつけ、感染症にかからないように予防しましょう。☎健康課 ☎44-3004

予防接種はできるだけ受けておきたい

予防接種は、病気に**感染する前に免疫を獲得**して、病気に感染した時の重症化や後遺症などのリスクから体を守るために行います。

子どもの積極的な接種を推奨

子どもは発育と共に外出の機会が多くなり、感染症にかかる可能性も高くなります。子どもには積極的に受けさせましょう。

種類	接種率	接種時期
ポリオ	1回目	98.2%
	2回目	97.7%
BCG	98.4%	生後3~6か月未満※
3種混合(1期)	1回目	97.2%
	2回目	97.2%
	3回目	96.9%
	追加	87.1%
麻疹・風疹	1期	95.1%
	2期	96.2%
	3期	98%
	4期	88.6%

※調査対象=平成21年度3歳児健診受診者

個別接種が原則(集団接種はポリオのみ)

市では定期予防接種を行っています。対象者には個人に通知を送っています。

■定期予防接種

麻しん風しん、三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)、日本脳炎、BCG、二種混合(ジフテリア・破傷風)、ポリオ

予防接種は体調のよい時に受けるのが原則です。日頃から保護者はお子さんの体調、体調など健康状態によく気を配ってください。そして気にかかることがあれば、あらかじめかかりつけ医や健康課にご相談してください。

安全に予防接種を受けるために、予防接種や病気についてきちんと理解しておくことも大切です。有効性や接種方法をよく確認して受けるようにしてください。

市指定医療機関での予防接種

定期予防接種を受けられる市指定医療機関は、市ホームページに掲載しています。昨年度から一部変更になっています。3月までに配布された医療機関名簿をお持ちの方はホームページでご確認いただくか、健康課までお問い合わせください。

接種費用

無料

申し込み

申込方法

市指定の医療機関へ**直接予約**が必要です。(ポリオは集団接種のため申込不要)

持参

予診票(シールの貼ってあるもの)・母子手帳・体温計
※指定医療機関以外での接種を希望する人は、接種希望日の10日前までに健康課へご連絡ください

日本脳炎の接種

今年4月からは以下の対象の子どもには、積極的に日本脳炎の接種を受けさせましょう(※)。接種は市指定の医療機関への直接予約が必要です。問い合わせは健康課までご連絡ください。

定期の予防接種スケジュール1期

対象の子ども

生後6か月~90か月未満

初回接種(2回)

3歳を目安に接種

追加接種(1回)

初回接種後、約1年後(4歳を目安に接種)

※平成17年の国の勧告で、日本脳炎ワクチンの接種の積極的な勧奨を差し控えていましたが、今年度から**生後90か月未満の子どもに対する予防接種(1期)には積極的な勧奨**を行うことになりました

阿那賀診療所 ☎39-0668 (月・水・木曜日) 9:00~12:00 14:00~17:00 (火・金曜日) 9:00~12:00 16:00~17:00
伊加利診療所 ☎39-0886 (火・金曜日) 14:00~15:30
灘診療所 ☎56-0655 (月・金曜日) 9:00~12:00 14:00~17:15 (火・木曜日) 9:00~12:00 午後=往診・検査
沼島診療所 ☎57-0030 (月~金曜日) 9:00~12:00 14:00~17:15